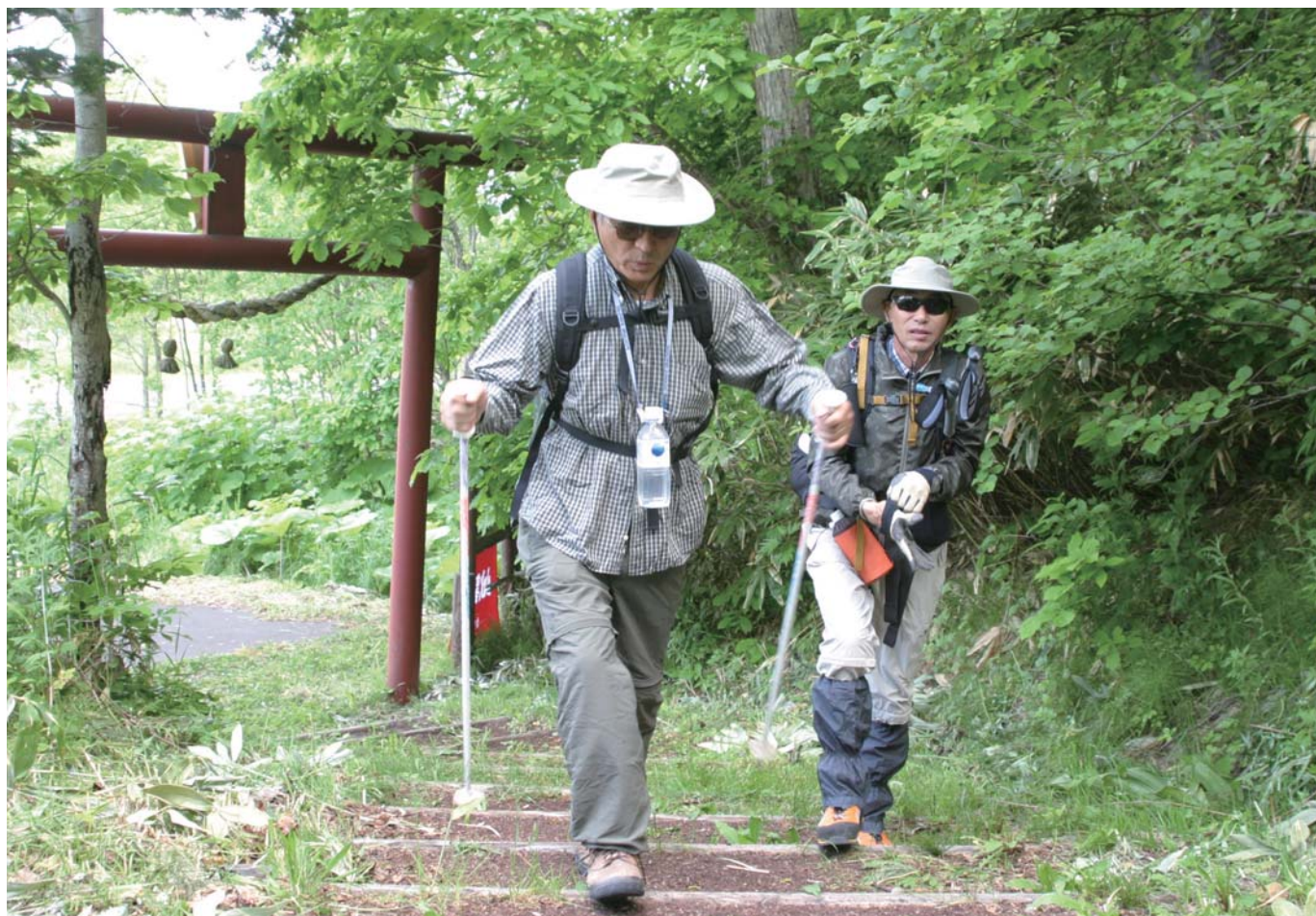


# 広報 なかとんぼ



## すがすがしい空気を吸って

6月17日は、恒例の敏音知岳山開き。早朝の雨も上がり、新緑の香りが漂う登山道を約200名が704メートルの頂をめざしました。

### Contents・目次

|                        |        |
|------------------------|--------|
| 特集 ゴミの量を減らす暮らしを……………   | 2, 3   |
| 葬儀手伝いに町職員を派遣します……………   | 4      |
| 自動車学校で免許をとろう・入札結果…………… | 5      |
| まちの話題・農業委員会委員のご紹介…………… | 6, 7   |
| 中山間地域等直接支払取組み……………     | 10     |
| 図書室だより……………            | 11     |
| 健康宅配便・おすすめ料理……………      | 12, 13 |



# ゴミの量を減らす暮らしを 処理費用町民一人当たり 年間 2 万 7 千円に

埋立処分場の残余量4割まで逼迫<sup>ひっばく</sup>

現状推移では、平成31年度で満杯に！



埋立処分場に運ばれる不燃ごみ

弥生地区の一般廃棄物処理施設（埋立処分場）は、平成10年度に向こう10年間分の容量を推計し、約9億円の巨費を投じ整備されたものです。

平成11年4月の稼動から13年が経過しましたが、処理施設はどのような状況にあるのでしょうか。

## リサイクルが埋立処分場延命に 寄与

私たちの家庭から排出するゴミは、大別すると「燃やせるゴミ」、「生ゴミ」、「燃やせないゴミ」、「粗大ゴミ」に分けられると思います。このうち「燃やせるゴミ」と「生ゴミ」の処理は、南宗谷衛生施設組合（浜頓別町）の施設で、「燃やせないゴミ」、「粗大ゴミ」は弥生地区の一般廃棄物処理施設で処理されています。

平成12年4月から施行された容器リサイクル法により、「燃やせるゴミ」のうち、プラスチック類・ペットボトル・発泡スチ



ベルトコンベアに乗って破碎機に運ばれる不燃ごみ



ガラス瓶の分別も埋立処分場の延命に役立っています

ロールやダンボールなどや、「燃やせないゴミ」のうち、空き缶やビンなどは「資源ゴミ」としてリサイクル対象となり、埋立処分するゴミの総量は減る傾向になりました。

### 焼却量微減、エコ意識浸透か

では、「燃やせるゴミ」の量はどのように推移しているでしょうか。

本町が排出する分で、南宗谷衛生施設組合で焼却処分している量については、平成22年度は377トンで、平成19年度407トンと比較すると30トン減少しています。

減量の要因として人口の減少も影響しているかもしれませんが、町民の環境（エコ）意識の向上で、各家庭からの排出量が抑制されている傾向がうかがえます。

「燃やせないゴミ」については、平成23年度末で、一般廃棄物処理施設の埋立

計画容量13000立方メートルに対し、7655立方メートルが埋まり、残余容量は5345立方メートル（41・1パーセント）と推計されています。

当初の計画では、10年間の容量のところ、13年経過で59パーセントですから良い意味での誤算が生じています。

ただ現状で推移した場合、7年後の平成31年度には満杯となり、新たな処分地を整備しなくてはなりません。

そのためには、また多額の税金を投入することとなります。

### ゴミ処理費用年間5千万円以上

税金の投入と言えば、町がゴミ処理に年間どれだけの経費を負担しているのでしょうか。

平成22年度の決算で、南宗谷衛生施設組合への負担金は2220万円、一般廃棄物処理を委託している中頓別町振興公社に3千120万円と年間5千340万円を負担しています。人口一人当たりで割り返すと

2万7千円ほどになります。

みなさんのご家庭でのゴミ袋代を加算すると年間、ゴミ処理にいくらかかっているでしょうか。

私たちが生きていく上で、地球の資源を消費すること、ゴミの排出は避けては通れません。

しかし、資源を再資源化（リサイクル）するためには、相当の費用と労力が必要です。

循環型社会形成推進基本法は、廃棄物処理やリサイクルの優先順位を(1)ゴミの発生抑制（リデュース）、(2)繰り返し使えるものは使うこと（リユース）、(3)再資源化（リサイクル）、(4)熱回収（サーマルリサイクル）、(5)適正処分（焼却、埋立等）の順としています。

大量消費をやめ、ゴミを出さない生活が、焼却費用の削減と一般廃棄物処理施設（埋立処分場）の延命につながることを町民一人ひとりが自覚したいものです。

# 葬儀手伝いに

## 町職員を派遣します

7月1日スタート

### 集落維持の限界に備えて

冠婚葬祭は、昔から住民どうしの助け合い、「共助」で行われてきました。

ちよつと昔に遡りますが、江戸時代には、集落（現在の自治会）が行う10の社会的共同行為（成人式、結婚式、出産、病氣、普請（新築の手伝い、水害、年忌法要、旅立、葬式、火事）が定められていたようです。

なかでも葬儀は、人生の最期を御見送りする自治会の大切な行事です。

最近、過疎化・高齢化の進行で冠婚葬祭など社会的共同生活が維持できなくなり、地域の機能が衰えた集落のことを、「限界集落」または、「基礎的条件の厳しい集落」、「維持が困難な集落」という表現がされるようになりました。

これらは、人口の50%以上が65歳以上という条件が設定されてい

ますが、町内においても例外ではなく、極めて厳しい状況にあります。（別表）

### 自治基本条例を实践

平成23年3月に制定された本の町の憲法とも言える「中頓別町自治基本条例」では、「町民相互のつながりで助け合う地域を作っていく」と

もに、町民及び町民組織の活動を支援します。（第26条第2項）と規定されています。

自治は、自助↓共助↓

（別表）字別の世帯数と高齢化率

| 字 区 分 | 世 帯 数 | 高 齢 化 率 |
|-------|-------|---------|
| 中 頓 別 | 677   | 37.28%  |
| 弥 生   | 5     | 35.29%  |
| 寿     | 9     | 66.67%  |
| 旭 台   | 82    | 28.33%  |
| 豊 泉   | 8     | 47.62%  |
| 兵 安   | 8     | 44.44%  |
| 神 崎   | 2     | 50.00%  |
| 藤 井   | 11    | 63.64%  |
| 上 駒   | 44    | 9.23%   |
| 松 音 知 | 15    | 46.67%  |
| 敏 音 知 | 18    | 20.45%  |
| 豊 平   | 5     | 22.22%  |
| 上 頓 別 | 13    | 47.06%  |
| 岩 手   | 1     | 33.33%  |
| 小 頓 別 | 35    | 60.38%  |
| 秋 田   | 3     | 15.38%  |

（平成24年4月1日現在）

### 葬儀手伝いに困ったときはご相談を

公助の順で補完し合うもので、これを「補完性の原理」と呼びます。一人ひとりの町民が自ら努力しても足りない場合、互いの助け合いや自治組織の連携、行政の支援で自治を実現することは、自治基本条例の精神に通じるものです。

町では、7月1日から、概ね15世帯以下の自治会で、自治会内の「共助」、自治会と自治会の連合をもつても葬儀スタッフが不足する場合、公助の一環として町職

員5名以内を通夜、告別式に派遣する制度をスタートさせました。



15世帯以下の自治会でも全員が精一杯役割を分担すれば、葬儀を執行できるかもしれませんし、15世帯以上でも、高齢化の著しい自治会や親族が大半を占める葬儀では手伝いが不足する場合も考えられます。

自治会や葬儀の状況によって、様々なケースが想定されますので、葬儀の手伝いに本当に困ったとき、一度ご相談ください。

派遣の有無、派遣人数等は、状況をお聞きの上、決めさせていただきます。

### 【問合せ先】

総務課総務グループ

電話 6-1111

中頓別町立自動車学校は、名前の示すとおり、設立母体が町であり、その経営主眼は利益追求ではなく、安全運転者を育成し、地域から悲惨な交通事故を追放するとともに、明るい地域社会を実現することを最大の目標として運営されています。

70 歳以上の方の免許更新時に必要な高齢者講習も近くて親切な当校をご利用ください。

普通免許の教習車は、マニュアル車、オートマ車とも平成 23 年式。小型で運転しやすい車をご用意してお待ち申し上げます。

入校の際に必要な書類、教習科目や授業料などは、お気軽にお尋ねください。

TEL 01634-6-1667 FAX 01634-6-1804

|                                      |                                            |                                      |                        |                                      |                    |
|--------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------|--------------------------------------|--------------------|
| <b>入札結果</b><br><b>（平成24年4月20日執行）</b> |                                            | <b>入札結果</b><br><b>（平成24年5月11日執行）</b> |                        | <b>入札結果</b><br><b>（平成24年5月25日執行）</b> |                    |
| 業務名                                  | 有害鳥獣農林業被害防止委託業務                            | 業務名                                  | 林道専用道松音知2号線測量設計委託業務    | 業務名                                  | 町道6丁目線交付金（起債）工事2工区 |
| 業務概要                                 | 有森・作楽の雑草撤去、エゾシカ残滓現地埋設及び出沒現況調査等、ヒグマ出沒注意看板作成 | 業務概要                                 | 測量設計 路線測量 L＝1,140m     | 業務概要                                 | 町道6丁目線交付金（起債）工事1工区 |
| 契約者名                                 | 株式会社ダイシン工業                                 | 契約者名                                 | アルスマエヤ株式会社             | 契約者名                                 | 中順別建設株式会社          |
| 契約金額                                 | 2,775,150円                                 | 契約金額                                 | 4,452,000円             | 契約金額                                 | 12,495,000円        |
| 落札率                                  | 98・6%                                      | 落札率                                  | 94・4%                  | 落札率                                  | 97・70%             |
| 工事名                                  | 豊泉・兵安地区分収林除間伐工事                            | 工事名                                  | 林道専用道松音知1号線測量設計委託業務    | 工事名                                  | 町道6丁目線交付金（起債）工事2工区 |
| 工事概要                                 | 23年生トドマツ林の支障木・不良木除去及びつる切り A＝13・55ha        | 工事概要                                 | 測量設計 路線測量 L＝1,700m     | 工事概要                                 | 改良・舗装 L＝90m        |
| 契約者名                                 | 中順別・浜頓別町森林組合                               | 契約者名                                 | アルスマエヤ株式会社             | 契約者名                                 | 正田建設株式会社           |
| 契約金額                                 | 1,543,500円                                 | 契約金額                                 | 5,764,500円             | 契約金額                                 | 23,100,000円        |
| 落札率                                  | 95・6%                                      | 落札率                                  | 94・5%                  | 落札率                                  | 96・79%             |
| <b>入札結果</b><br><b>（平成24年6月28日執行）</b> |                                            | <b>入札結果</b><br><b>（平成24年6月28日執行）</b> |                        | <b>入札結果</b><br><b>（平成24年6月28日執行）</b> |                    |
| 業務名                                  | 林業専用道松音知1号線測量設計委託業務                        | 業務名                                  | 中順別町公共下水道事業全体計画見直し業務委託 | 業務名                                  | 町道6丁目線交付金（起債）工事2工区 |
| 業務概要                                 | 測量設計 路線測量 L＝1,200m                         | 業務概要                                 | 全体計画 A＝11・02ha（汚水計画）   | 業務概要                                 | 改良・舗装 L＝90m        |
| 契約者名                                 | アルスマエヤ株式会社                                 | 契約者名                                 | 協立測量設計株式会社             | 契約者名                                 | 正田建設株式会社           |
| 契約金額                                 | 5,145,000円                                 | 契約金額                                 | 4,273,500円             | 契約金額                                 | 23,100,000円        |
| 落札率                                  | 94・5%                                      | 落札率                                  | 92・50%                 | 落札率                                  | 96・79%             |
| 業務名                                  | 林業専用道松音知1号線測量設計委託業務                        | 業務名                                  | 中順別小学校教員住宅新築工事設計業務委託   | 業務名                                  | 町道6丁目線交付金（起債）工事2工区 |
| 業務概要                                 | 測量設計 路線測量 L＝1,200m                         | 業務概要                                 | 全体計画 A＝11・02ha（汚水計画）   | 業務概要                                 | 改良・舗装 L＝90m        |
| 契約者名                                 | アルスマエヤ株式会社                                 | 契約者名                                 | 協立測量設計株式会社             | 契約者名                                 | 正田建設株式会社           |
| 契約金額                                 | 5,145,000円                                 | 契約金額                                 | 4,273,500円             | 契約金額                                 | 23,100,000円        |
| 落札率                                  | 94・5%                                      | 落札率                                  | 92・50%                 | 落札率                                  | 96・79%             |
| 業務名                                  | 林業専用道松音知1号線測量設計委託業務                        | 業務名                                  | 中順別小学校教員住宅新築工事設計業務委託   | 業務名                                  | 町道6丁目線交付金（起債）工事2工区 |
| 業務概要                                 | 測量設計 路線測量 L＝1,200m                         | 業務概要                                 | 全体計画 A＝11・02ha（汚水計画）   | 業務概要                                 | 改良・舗装 L＝90m        |
| 契約者名                                 | アルスマエヤ株式会社                                 | 契約者名                                 | 協立測量設計株式会社             | 契約者名                                 | 正田建設株式会社           |
| 契約金額                                 | 5,145,000円                                 | 契約金額                                 | 4,273,500円             | 契約金額                                 | 23,100,000円        |
| 落札率                                  | 94・5%                                      | 落札率                                  | 92・50%                 | 落札率                                  | 96・79%             |
| 業務名                                  | 林業専用道松音知1号線測量設計委託業務                        | 業務名                                  | 中順別小学校教員住宅新築工事設計業務委託   | 業務名                                  | 町道6丁目線交付金（起債）工事2工区 |
| 業務概要                                 | 測量設計 路線測量 L＝1,200m                         | 業務概要                                 | 全体計画 A＝11・02ha（汚水計画）   | 業務概要                                 | 改良・舗装 L＝90m        |
| 契約者名                                 | アルスマエヤ株式会社                                 | 契約者名                                 | 協立測量設計株式会社             | 契約者名                                 | 正田建設株式会社           |
| 契約金額                                 | 5,145,000円                                 | 契約金額                                 | 4,273,500円             | 契約金額                                 | 23,100,000円        |
| 落札率                                  | 94・5%                                      | 落札率                                  | 92・50%                 | 落札率                                  | 96・79%             |
| 業務名                                  | 林業専用道松音知1号線測量設計委託業務                        | 業務名                                  | 中順別小学校教員住宅新築工事設計業務委託   | 業務名                                  | 町道6丁目線交付金（起債）工事2工区 |
| 業務概要                                 | 測量設計 路線測量 L＝1,200m                         | 業務概要                                 | 全体計画 A＝11・02ha（汚水計画）   | 業務概要                                 | 改良・舗装 L＝90m        |
| 契約者名                                 | アルスマエヤ株式会社                                 | 契約者名                                 | 協立測量設計株式会社             | 契約者名                                 | 正田建設株式会社           |
| 契約金額                                 | 5,145,000円                                 | 契約金額                                 | 4,273,500円             | 契約金額                                 | 23,100,000円        |
| 落札率                                  | 94・5%                                      | 落札率                                  | 92・50%                 | 落札率                                  | 96・79%             |
| 業務名                                  | 林業専用道松音知1号線測量設計委託業務                        | 業務名                                  | 中順別小学校教員住宅新築工事設計業務委託   | 業務名                                  | 町道6丁目線交付金（起債）工事2工区 |
| 業務概要                                 | 測量設計 路線測量 L＝1,200m                         | 業務概要                                 | 全体計画 A＝11・02ha（汚水計画）   | 業務概要                                 | 改良・舗装 L＝90m        |
| 契約者名                                 | アルスマエヤ株式会社                                 | 契約者名                                 | 協立測量設計株式会社             | 契約者名                                 | 正田建設株式会社           |
| 契約金額                                 | 5,145,000円                                 | 契約金額                                 | 4,273,500円             | 契約金額                                 | 23,100,000円        |
| 落札率                                  | 94・5%                                      | 落札率                                  | 92・50%                 | 落札率                                  | 96・79%             |
| 業務名                                  | 林業専用道松音知1号線測量設計委託業務                        | 業務名                                  | 中順別小学校教員住宅新築工事設計業務委託   | 業務名                                  | 町道6丁目線交付金（起債）工事2工区 |
| 業務概要                                 | 測量設計 路線測量 L＝1,200m                         | 業務概要                                 | 全体計画 A＝11・02ha（汚水計画）   | 業務概要                                 | 改良・舗装 L＝90m        |
| 契約者名                                 | アルスマエヤ株式会社                                 | 契約者名                                 | 協立測量設計株式会社             | 契約者名                                 | 正田建設株式会社           |
| 契約金額                                 | 5,145,000円                                 | 契約金額                                 | 4,273,500円             | 契約金額                                 | 23,100,000円        |
| 落札率                                  | 94・5%                                      | 落札率                                  | 92・50%                 | 落札率                                  | 96・79%             |
| 業務名                                  | 林業専用道松音知1号線測量設計委託業務                        | 業務名                                  | 中順別小学校教員住宅新築工事設計業務委託   | 業務名                                  | 町道6丁目線交付金（起債）工事2工区 |
| 業務概要                                 | 測量設計 路線測量 L＝1,200m                         | 業務概要                                 | 全体計画 A＝11・02ha（汚水計画）   | 業務概要                                 | 改良・舗装 L＝90m        |
| 契約者名                                 | アルスマエヤ株式会社                                 | 契約者名                                 | 協立測量設計株式会社             | 契約者名                                 | 正田建設株式会社           |
| 契約金額                                 | 5,145,000円                                 | 契約金額                                 | 4,273,500円             | 契約金額                                 | 23,100,000円        |
| 落札率                                  | 94・5%                                      | 落札率                                  | 92・50%                 | 落札率                                  | 96・79%             |
| 業務名                                  | 林業専用道松音知1号線測量設計委託業務                        | 業務名                                  | 中順別小学校教員住宅新築工事設計業務委託   | 業務名                                  | 町道6丁目線交付金（起債）工事2   |

## 未来の酪農を考える

### 中頓別町4Hクラブ

「中頓別町の未来を考える会」



が6月4日、宗谷農業改良普及センターで開催されました。

4回目となる今回も中頓別町4Hクラブが企画・司会進行。昨年度の活動をスライドで上映しながら反省点や今後の方針が話されました。その後の意見交換会では参加者から「上手くいかなかった時も、諦めずに前へ前へと進んでほしい。」との激励の言葉が寄せられました。

4Hクラブでは「今後、牛乳を使った料理に挑戦したい。」と意欲満々です。

## 寒さを吹き飛ばす熱いリレー

### 中小運動会

中頓別小学校の運動会が6月10日、同校のグラウンドで行われました。肌寒く、時折強風が吹くあいにくの天気となりましたが、全校児童が縦割りで4チームに分かれ、それぞれが個人・団体競技で熱い戦いを繰り広げました。

午後からは4、6年生による鼓笛隊の演奏や組体操、保護者による障害物リレーなどで会場はヒートアップ。最後の種目のリレーでは、残りの力をふりしぼり精一杯



走るこども達に、グラウンドを取り囲んだ保護者は声を枯らして熱い声援を送っていました。

## 川を汚さないで！

### カヌーによる清掃



頓別川をきれいにしようというや自然学校で募った有志により6月9日、寿の和泉橋から弥生までの、頓別川を清掃しました。

今回はカヌー4艇に7人のスタッフがり込み、ゴミを回収。予想以上のゴミの量で、全てを回収することができませんでした。回収されたゴミの種類は、ビニール系のゴミが多く、ゴミ袋5枚程度の量になりました。

川はみんなの宝物です。みなさんのマナーで、きれいな川を保ちたいものです。

## 厳しい訓練を体験

### 中小4年生社会見学

中頓別小学校4年生16人が6月25日、社会見学で消防士の訓練を体験しました。体験前の、質問の時間では、「火事が無いときは何をしていますか？」「消防車を運転する人は決まっているのですか？」という質問に、職員は親切丁寧に答えていました。

こども達は消防士が実際に着用している10kg以上ある防火スツやボンベを背負ったり、ロープ渡りを体験するなど充実した時間を過ごしました。



## 一生懸命頑張りました

### こども館運動会

こども館の運動会が6月23日、悪天候のため小学校体育館で行われました。こども達の元気な姿を一目見ようと応援席は、父兄やおじいちゃん、おばあちゃん、おじいちゃん、お父さん方は我が子を写そうとビデオカメラ片手に応援をしていました。

最後の種目のリレーでは、抜きたつ抜かれたのデットヒートが繰り広げられ、見ている人達も応援に熱が入り、興奮した様子でした。

## 緑あふれるまちに

### 緑の羽根募金

緑の保全に役立てるため、緑の羽根募金運動に取組んでいる小学校の児童会と、中学校の生徒会の代表者が6月12日、町長に募金を届けてくれました。善意の募金総額は、小中学校合わせて1万1千63円。

「この集められた大切な募金は、まちを緑にすることや、町内の記念植樹等に有意義に使用させていただきます。」と野邑町長は感謝の意を伝えました。

## チャイを飲みながら

### 天空の国を語る

#### ネパールを知る講座

エベレストの麓の国ネパールの生活や文化を知ること、中頓別を再発見しようと、郷土資料館で6月24日に「チャイ（紅茶）



を飲みながらネパールを知る講座」が開催されました。青年海外協力隊として、ネパールで2年間活躍した小泉俊明さん（現在宗谷農業改良普及センター勤務）と黄金湯を復活させた渡辺由起子さんがネパールでの習慣や体験談を話されました。

小泉さんは、標高の高い所で

の農作物栽培を指導。渡辺さんは、伝染病予防の衛生に携わったそうです。二人はこれらの体験を通して、「不便な場所でも人は心豊かに暮らすことができます。」と訴えていました。



## 農業委員会新会長及び新職務代理者・新農業委員を紹介します。

6月8日開催の農業委員会総会で、新会長と新会長職務代理者が決定しました。



角川 拓雄さん  
新会長



石井 広幸さん  
会長職務代理者



藤田 健一さん  
新選任委員（議会推薦）  
任期  
平成24年5月14日～  
平成26年7月19日

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## ～ 保険料率の見直しについて ～

### ■ 保険料率が変わりました

被保険者の皆さまにお支払いいただく保険料は、2年ごとに保険料率を見直すこととなっています。平成24・25年度の新しい保険料率は、次のとおりです。

● 均等割  
(被保険者が等しく負担)

平成22・23年度  
(年額)  
44,192円



平成24・25年度  
(年額) **47,709円**  
(3,517円増)

● 所得割  
(被保険者の所得に応じて負担)

平成22・23年度  
  
10.28%



平成24・25年度  
**10.61%**  
(0.33ポイント増)

● 賦課限度額  
(1年間の保険料の上限額)

平成22・23年度  
  
50万円



平成24・25年度  
**55万円**  
(5万円増)

### ◆ 保険料の計算方法(平成24年度)

保険料額は、被保険者が等しく負担する「均等割額」と、所得に応じて負担する「所得割額」の合計で計算します。

|                             |   |                                                    |   |                         |
|-----------------------------|---|----------------------------------------------------|---|-------------------------|
| 均等割<br>【1人当たりの額】<br>47,709円 | + | 所得割<br>【被保険者本人の所得に応じた額】<br>(平成23年中の所得-33万円)×10.61% | = | 1年間の保険料<br>(100円未満切り捨て) |
|-----------------------------|---|----------------------------------------------------|---|-------------------------|

● 年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。

平成24年度の保険料額は、7月に個別にお知らせします。

## ◆ 保険料のお支払い方法

保険料のお支払いは、「年金からのお支払い」と「口座振替」を選ぶことができます。

● 「年金からのお支払い」から「口座振替」への切り替えには、2～3か月程度お時間が必要です。

● 税申告の際の「社会保険料控除」は、お支払いする方に適用されます。

（年金からのお支払いの場合、お支払いいただくご本人の社会保険料控除の対象になります）

## ■ 減額認定証(限度額適用・標準負担額減額認定証)が新しくなります

現在ご使用の減額認定証の有効期限が平成24年7月31日をもって満了となるため、8月以降は使用できなくなります。

8月以降も減額認定証が必要な方は、下記の交付対象に該当することを確認のうえ、介護福祉センターへ申請してください。

減額認定証の交付対象となるのは、次の区分Ⅰまたは区分Ⅱに該当する方です

|       |                                               |
|-------|-----------------------------------------------|
| 区 分 Ⅱ | ・世帯全員が住民税非課税である方                              |
| 区 分 Ⅰ | ・世帯全員が住民税非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方              |
|       | ・世帯全員の所得が0円の方<br>(公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下の方) |
|       | ・老齢福祉年金を受給されている方                              |

(色はオレンジです)

## ■ 医療費通知の発行を希望される方へ

被保険者の皆様に健康や医療に対する理解を深めていただくために、皆様の医療費を半年ごとにまとめ、発行をご希望の方を対象に医療費通知を送付しています。

なお、次回の発行は、9月（平成24年1月～6月の医療費を対象）に行います。

## ◆ 新たに発行を希望の方はご連絡ください

新たに発行をご希望の方は、お手数ですが、北海道後期高齢者医療広域連合または介護福祉センターへご連絡ください（電話でのご連絡だけで手続きできます）。

- すでに「発行希望」のご連絡をいただいている方につきましては、継続して発行しますので、再度のご連絡は必要ありません。
- この通知を受け取られたことにより、申請等の手続きをされる必要はありません。
- ※ この通知を確定申告などの「医療費控除」の領収書の代わりとすることはできません。

### お問合せ先

北海道後期高齢者医療広域連合  
〒060-0062  
札幌市中央区南2条西14丁目  
国保会館6階  
電話 011-290-5601

保健福祉課保健福祉グループ  
中頓別町介護福祉センター内  
電話 6-1995



農作業機械の共同化（導入ショベルローダー）利用状況



景観作物等の作付（キクイモ栽培）

## ◇ 対象農用地の基準別面積及び交付額

町内の対象草地面積は 27, 102, 983 m<sup>2</sup>あり、この面積が交付金算定の対象となり 10 アール当たり 1, 200 円が交付されます。

### 平成 23 年度の事業費内訳及び事業実施内容

- 平成 23 年度交付金額 32, 523, 579 円
  - 財源内訳 国費 16, 261, 789 円
  - 道費 8, 130, 894 円
  - 町費 8, 130, 896 円
- 交付金の目的別用途の内訳
  - ・農業者個人の草地面積により配分 (57. 4%) 18, 662, 954 円
  - ・中頓別集落の共同取組活動に充当 (42. 6%) 13, 860, 625 円

#### 【平成 23 年度の中頓別集落の共同取組活動の内訳】

| 取 組 内 容                                            | 金 額            |
|----------------------------------------------------|----------------|
| 1. 集落の管理体制<br>・集落役員等への報酬、事務委託費等                    | 786, 400 円     |
| 2. 農業生産活動<br>(1) 農用地に関する事項<br>・対象農地の測量経費、エゾシカ捕獲対策  | 889, 494 円     |
| (2) 水路・農道等の管理<br>・耕作道等の整備                          | 1, 227, 925 円  |
| (3) 多面的機能を増進する活動<br>・農村の環境整備、景観作物の作付け等             | 457, 910 円     |
| 3. 農業生産活動の体制整備<br>(1) 農用地等保全体制整備<br>・後継牛の育成支援の取組み等 | 1, 540, 000 円  |
| (2) 農業生産活動等の継続に向けた活動<br>・新規就農者への支援、農作業機械の共同化等      | 4, 652, 128 円  |
| 4. その他<br>・事務費等                                    | 30, 092 円      |
| 5. 農作業支援システム導入に係る積立<br>・積立金                        | 4, 276, 676 円  |
| 計                                                  | 13, 860, 625 円 |

## 平成 23 年度

### 中山間地域等直接支払

#### 交付金の取り組みについて

#### ◇ 集落協定の概要

近年、担い手の高齢化や労働力の減少等による農地の耕作放棄地が懸念されるなか、農業生産条件の不利を補うため、平成 17 年度から「中山間地域等直接支払制度事

業」を実施しています。

この事業は、集落で定めた協定に基づき「生産性・収益性の向上、担い手の定着、農村環境の整備等」を集落の共通目標に掲げ、中頓別町の農業の振興につなげることを

目的としています。

平成 23 年度は、農作業機械の共同化の取組としてショベルローダーを導入し作業機械の効率的な活用を進めているほか、新たな農作業支援システムの構築に係る検討や新規就農希望者に対する支援、有害鳥獣（エゾシカ）被害防止対策及び景観作物（キクイモ）等の栽培に対する支援などを実施してきました。

# 図書室だより

## 『カウンターからの風景』

おためし在住の方が、本を借りに来てくださいます。  
皆さん、本棚に並んでいる新刊を見つけては驚いています。  
利用者が多い大きな図書館は、人気作家の新刊は100人以上が順番待ちをして借りるそうです。

この町はそんなに待たなくて読めますので、滞在期間中、たくさんさんの新刊の本を読めるよう、お手伝いしたいと思います。

## 『この本大好き』

五十嵐 歩武(いがらし あゆむ)くん(6歳)  
「ワドル!!」著・ルーファス・バトラー・セダー 大日本絵画・どうぶつのうごきかたがおもしろいです。



## 『このゆびとくまれ』の活動』

6月14日、小学校で「パパのしごととはわるものです」「わにさんドキはいしやさんドキ」「これはのみのぴこです」の読み聞かせを行いました。

今回は3年生も聞きに来てくれました。



CD付き落語(全26巻)を寄贈していただきました。  
どうぞ、ご利用ください。



日本の名作をCDで聞いてみませんか?  
朗読は、市原悦子さん、草刈正雄さん、大和田伸也さん、紺野美沙子さん他です。

## ■今月の新着図書(6月26日現在)

一般向け図書

『木枯らし紋次郎 全15巻』 笹沢 佐保  
『母に習えばウマウマごはん』 小栗左多里

『ぼけになりやすい人なりにくい人』

大友 英一

『さらば友よ』 三谷 幸喜

『野村の「眼」』 野村 克也

齋藤 孝

『呼吸入門』 愛の軌跡

ナヴィン・チャウラ

※ その他、多数の新着図書があります。  
どうぞ、ご来室下さい。



# 喉頭がん。甲状腺がん。

耳鼻咽喉科検診を受けてみませんか？

毎年、名寄にある吉田病院の協力により、喉頭がん・甲状腺がん・耳鼻咽喉科検診を行なっています。

## ●「喉頭がん」って

どんな病気？

のどは、鼻の奥から気管の始まりの部分までを指していて、呼吸をするための気管の入り口にあたる部分を喉頭といいます。男性の喉仏の部分です。ここには声を作り出す声帯もあります。

喉頭がんとは、この部分にできるがんのことで、のどにできるがんの中でもっとも発生しやすい病気です。声帯にあたる部分なので、多くの人に初期症状として、「声がかすれる」「しわがれ声になる」などの症状がでます。喉頭がんの原因として、

「喫煙」が大きく関わっていると言われています（危険度の目安としては、一日の平均の喫煙本数×（かける）喫煙年数が600以上といわれています）。また飲酒が喉頭がんになる確率を上げるとされています。年齢で見ると50〜80歳の男性に多く発生しており、女性の10倍以上といわれています。

今回の検診では、ひとりずつ声を録音し、『声がすれ』をチェックします。

## ●「甲状腺がん」って

どんな病気？

甲状腺は、喉頭（喉仏）のすぐ下で気管を取り囲んでいる、蝶が羽根を広げたような形をしている小さな臓器（内分泌腺）です。

食物の中のヨードを材料として、全身の新陳代謝や成長の促進に関わる甲状腺ホルモンをつくり、体内へ分泌しています。発育や成長に欠かすことのできないホルモンを作り、分泌している大切な臓器です。

甲状腺がんはこの部分にできる病気です。はつきりとした原因はわかっていませんが、大量の放射線との関係があると考えられています。また甲状腺を刺激するホルモンが増えたり、遺伝的になりやすいとも考えられています。30〜50歳の比較的に若い世代に多く発生し、女性に圧倒的に多く見られます。

今回の検診では、医師がひとりずつ首を触り甲状腺の状態を診めます。甲状腺の触診で橋本病やバセドウ氏病などが見つかる

先生の健康保

File No.225

健康宅配便

今月の担当は



磯木由紀江

こともあります。また希望者にはエコー検査を行ないます。昨年の検診では「甲状腺のう胞」といわれた方が多くいました。この病気は甲状腺に袋状のものができ、その中に液体がたまった状態で、多くは心配なく、「様子を見ていてください」と説明されていました。

## ●「耳鼻咽喉科検診」では

何を診てくれるの？

問診票を基に、医師が喉や耳、鼻の診察をします。

鼻水がいつまでも続いている、鼻がつまりやすい、においが感じられなくなった、いびきをかくなつたなどの相談に応じてくれます。

また、こどもさんの耳の痛みや耳によく手を持つていく、聞き返すことが多い、咳がいつまでも続く、口呼吸をしている、いつも鼻をすすっているなど気になるながらもなかなか病院に行けないでいるなどの相談もで

きます。

耳の大きな役割に「音を聞き分けること」がありますが、聞こえが正常なのか、聞こえが悪い場合はどの程度なのかを知ることのできる聴力検査も行います。最近、聞こえが気になるという方は、ぜひ、この機会をご利用ください。



●今年度の「喉頭がん・甲状腺がん・耳鼻咽喉科検診」の

お知らせです。

とき：7月30日（月）

受付時間：13時30分～14時

ところ：保健センター

検診料：無料

申込み：7月26日（火）まで

介護福祉センター

（電話 6・1995）

## 今月のおすすめ料理

～1町内 沓澤 春美さん～

### ハンバーグおろし煮の作り方

- ① 玉ねぎはみじん切り、生姜はすりおろしておきます。
- ② 豚ひき肉に玉ねぎ、生姜、卵、パン粉、塩コショウを加え混ぜ合わせ、小さめのハンバーグを作ります。
- ③ だし汁にみりん、醤油、食塩を加え煮立たせ、しめじとハンバーグを入れます。
- ④ ③のハンバーグの中までよく火が通ったら、すりおろした大根の半分量を火からおろす直前に加えます。
- ⑤ ④を器に盛り、残りの大根おろしを上のにのせて、出来上がりです。

### 材 料

|                                      |                                     |
|--------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 豚ひき肉・・・50 g | <input type="checkbox"/> パン粉・・・5 g  |
| <input type="checkbox"/> 玉ねぎ・・・10 g  | <input type="checkbox"/> しめじ・・・30 g |
| <input type="checkbox"/> 生姜・・・少々     | <input type="checkbox"/> 大根・・・50 g  |
| <input type="checkbox"/> 卵・・・6 g     | <input type="checkbox"/> みりん・・・10 g |
| <input type="checkbox"/> 食塩・・・少々     | <input type="checkbox"/> 醤油・・・6 g   |
| <input type="checkbox"/> コショウ・・・少々   | <input type="checkbox"/> だし汁・・・適量   |



今回は、大根おろしで煮る和風なハンバーグをご紹介します。焼くハンバーグと違い、だし汁で煮るのであっさりいただけます。

ポイントとして、大根おろしを加えるのは火からおろす直前がいいそうです。

大根の根の部分には、消化酵素やビタミンCが豊富です。葉の部分には、カロテン、ビタミンC、カルシウム、食物繊維などがたっぷりです。

おろした大根は、時間が経つと独特のにおいが強調されるため、おろしたらあまり時間をおかない様にするといわれています。さっそく、試してみませんか？

栄養士 市本美由紀

今月のおすすめ料理コーナーに載せてみませんか？お宅で簡単に作れる一品を皆さんに紹介をさせていただきますので、保健福祉課（電話 6・1995）にお知らせください。

It is good that we have lived in Nakatombetsu  
and we would like to live there for long.

ー住んでいてよかった これからも住んでいたいー

## 戸籍だより

6月1日～6月30日受付分

(公開にご了承いただいた方のみ掲載しています。)

## おくやみ

字中頓別 寺島 いとさん  
(90歳 6月2日)

## うぶごえ

字中頓別 石川 <sup>はやて</sup> 颯ちゃん  
(草人さんの子 5月29日)

## 人のうごき

(平成24年6月30日現在)

世帯 943(-1)

人口 1,943(0)

男 958(1)

女 985(-1)

( )内は前月対比

## 『サマージャンボ宝くじの賞金は、 1等・前後賞合わせて5億円!』

1等 4億円×26本  
前後賞各 5,000万円×52本

## 『2000万サマーも同時発売!』

1等 2,000万円×450本

○この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

○発売期間は平成24年7月9日(月)から7月27日(金)まで

○抽せん日は平成24年8月7日(火)

○支払開始日は平成24年8月13日(月)

○昨年のサマージャンボ宝くじ(第607回全国自治宝くじ)及び2000万サマー(第608回全国自治宝くじ)の時効(平成24年8月14日)が迫っておりますのでお忘れなく。

ご寄附ありがとうございます。  
しました。

(豊かな環境づくり)

川越 ナヲ 様

10万円

## 編集後記

5月に町民活動支援という目的で、住民グループに臨時職員が配置されました。

準備期間を経て今月号からいろいろ関わってもらっています。

これからは、今までとチョッと違った目線で特集を企画していけるとと思いますので、乞うご期待! (tady)

K多です。5月から広報でお世話になっています。  
わからない事だらけで大変ですが、皆さんに優しく教えてもらいながら毎日楽しくお仕事をしています。  
一生懸命頑張りますのでどうぞよろしくお願いします。(K多)

## 今月の裏表紙



敏音知岳山開きでは、35名が参加して登山マラソンも。最高タイムは頂上まで33分。驚き!

広報誌なかとんべつ 7月号 Vol.632

【発行】 2012年7月10日

【編集】 中頓別町総務課住民グループ 〒098-5595 北海道枝幸郡中頓別町字中頓別 172-6 TEL 01634-6-1111. FAX 01634-6-1155

HP <http://www.town.nakatombetsu.hokkaido.jp>

e-mail : [info@town.nakatombetsu.lg.jp](mailto:info@town.nakatombetsu.lg.jp)

【印刷】 有限会社 天北印刷工業

この広報誌は再生紙を使用しています。